

El siguiente Anuncio de Servicio Público del COVID-19 han sido creados para que los use y los comparta con nuestra comunidad.

1. ¿Qué es el COVID-19?

Todos tenemos un papel que desempeñar en la prevención de la propagación de COVID-19, una enfermedad causada por un nuevo coronavirus. Este virus se está propagando en nuestra comunidad. Si desarrolla fiebre y síntomas respiratorios como tos o falta de aire, podría tener COVID-19. Llame a su médico si sus síntomas empeoran. Y quédese en casa a menos que sea absolutamente necesario salir, así salvara vidas.

2. ¿Cómo se propaga el COVID-19?

Todos tenemos un papel que desempeñar para prevenir la propagación de COVID-19. El virus que causa COVID-19 se transmite a través de las gotas respiratorias producidas cuando una persona infectada tose, estornuda o habla. Cuando estás a 6 pies de distancia de otra persona puedes inhalar las gotitas de la otra persona. El virus puede incluso propagarse cuando la persona infectada no tiene ningún síntoma. Por eso es importante el distanciamiento social—usted puede estar infectado y no saberlo. Así que, por favor, si debe salir tome su distancia. Quedarse en casa es la mejor manera de protegerse y proteger a los demás.

3. ¿Qué es el Distanciamiento Social?

Todos tenemos un papel que desempeñar en la prevención de la propagación del COVID-19. El distanciamiento social es una manera con la que todos podemos proteger a nuestra comunidad. ¿Pero, qué es? El Distanciamiento Social es una manera sencilla de retrasar la propagación de una enfermedad infecciosa. Así que, siempre que puedas, quédate en casa. Es la manera más fácil para mantener la distancia. Sabemos que esto no siempre es posible. Así que cuando estés en lugares públicos, tales como las tiendas de abarrotes, el trabajo, o caminando al aire libre, mantén una distancia de al menos 6 pies de los demás. El distanciamiento social puede reducir tu riesgo de contraer y propagar el COVID-19. Quedarse en casa, salva vidas.

4. ¿Como Protegerse del COVID-19?

Todos tenemos un papel que desempeñar para prevenir la propagación de COVID 19. Aquí hay algunas formas en que puede protegerse. Lávese las manos seguido con agua y jabón durante al menos 20 segundos, aproximadamente el tiempo que lleva cantar la canción del abecedario. Si no tiene agua y jabón, use desinfectante para manos con al menos 60 por ciento de alcohol. Evite tocarse la cara con las manos sin lavar. Pero la forma más fácil de evitar COVID-19 es quedarse en casa para no estar expuesto a los gérmenes de otras personas. Quedarse en casa, salva vidas.

5. ¿Cómo Proteger a Otras Personas?

Todos tenemos un papel que desempeñar para prevenir la propagación de COVID-19. Los síntomas comunes de COVID-19 incluyen fiebre, tos y dificultad para respirar. Pero incluso si no tiene síntomas, aún puede transmitir el virus. Para proteger a otros de enfermarse, recuerde LCC: limpiar—lávese las manos con frecuencia con agua tibia y jabón o use desinfectante para manos con al menos 60 por ciento de alcohol; cubrir – use un pañuelo desechable o codo para cubrirse al toser o destornudar; contener – quédese en casa tanto como sea posible y, si está enfermo, manténgase aislado de los demás en su hogar. Quedarse en casa, salva vidas.

6. No Vale la Pena el Riesgo

Todo tenemos una parte en prevenir la propagación del COVID-19. Las personas mayores de edad y aquellas con ciertas enfermedades como diabetes o enfermedades del corazón tienen un mayor riesgo de enfermarse de gravedad o de incluso morir por el COVID-19. Incluso si se es joven y saludable, se puede contraer el virus y contagiárselo a otros. Usted puede contagiar a otros incluso si no tiene síntomas del virus. Proteja a sus seres queridos y a vecinos: Quedarse en casa, salva vidas.

7. Gracias a los Trabajadores Esenciales

Todo tenemos una parte en prevenir la propagación del COVID-19. Nuestros trabajadores esenciales, incluyendo a nuestros médicos, enfermeras, trabajadores de salud pública, socorristas, empleados de supermercados, farmacias, y demás, juegan un papel especialmente importante para mantenernos a todos seguros. Si está trabajando y / o siendo voluntario durante este momento difícil, ¡Gracias! Manténgase seguro y saludable lavándose las manos con frecuencia y practicando el distanciamiento social en el trabajo. Y, todas las demás personas podemos ayudar a nuestros trabajadores esenciales a mantenerse seguros al permanecer nosotros en casa tanto como sea posible. Quedarse en casa, salva vidas.

8. ¿A Quién le Puede Dar el COVID19?

Todos tenemos un papel que desempeñar para prevenir la propagación de COVID 19. Es importante saber que cualquier persona de cualquier edad se puede contagiar con el COVID-19. Si bien las personas mayores de edad y las personas con enfermedades como la diabetes o enfermedades cardíacas tienen mayor riesgo de enfermarse gravemente por COVID-19, las personas de cualquier edad pueden enfermarse y transmitir el virus. Protéjase a sí mismo y a los demás practicando el distanciamiento social. Si debe salir a comprar comida o medicamentos, mantenga 6 pies entre usted y los demás y use una cubierta para la cara o cubrebocas. Quedarse en casa, salva vidas.

9. Permanecer Conectados Durante estos Tiempos

Todo tenemos una parte en prevenir la propagación del COVID-19. El distanciamiento social es importante para retrasar la propagación de la enfermedad, pero el distanciamiento social no significa perder conexiones con otras personas. Use los servicios de video llamadas o del teléfono para hablar con familiares y amigos. Durante este tiempo de incertidumbre es importante el estar ahí el uno para el otro. Estamos juntos en esto, aunque físicamente estemos separados. Quedarse en casa, salva vidas.

10. COVID-19 en las Superficies

Todo tenemos una parte en prevenir la propagación del COVID-19. Aunque la manera principal de transmisión es de persona a persona, usted también se puede contagiar al tocar superficies infectadas con el virus y después tocarse la boca, nariz u ojos. Para protegerse así mismo lave sus manos constantemente y evite tocarse la cara. Limpie y desinfecte las superficies tocadas y compartidas con otros como las agarraderas de las puertas y las llaves del lavabo. Y siempre que sea le sea posible manténgase alejado de los gérmenes de los demás. Quedarse en casa, salva vidas.

11. Propagación Comunitaria

Todo tenemos una parte en prevenir la propagación del COVID-19. El coronavirus está aquí, propagándose en las comunidades del Condado de Lake. Se transmite a través de gotitas respiratorias producidas cuando una persona infectada tose, estornuda o habla. También puede infectarse si usted toca algo que contenga el virus y luego se toca la cara. Para protegerse, lávese las manos y practique el distanciamiento social. Solo vaya a la tienda del supermercado y a la farmacia para obtener lo esencial y use una mascarilla de tela o cubrebocas cuando esté allí. Quedarse en casa, salva vidas.

12. Parar el Movimiento

Todo tenemos una parte en prevenir la propagación del COVID-19. Antes de la pandemia, estábamos acostumbrados a ir de un lugar a otro diariamente. Podíamos vivir en una comunidad, trabajar en otra e incluso hacer comprar en otra. A medida que nos trasladamos de un lugar a otro, también lo hacen nuestros gérmenes, y a la vez estamos expuestos a los gérmenes de los demás. Para frenar la propagación del COVID-19, debemos parar el movimiento. Quedarse en casa, salva vidas.

13. Propagación Asintomática

Todo tenemos una parte en prevenir la propagación del COVID-19. Los síntomas de COVID-19 son fiebre, tos y dificultad para respirar o falta de aliento. Pero ¿sabía que puede tener el COVID-19 y no tener ningún síntoma y que podría transmitirlo a otras personas antes de que le comiencen los síntomas a usted? Podría estar infectado y ni siquiera saberlo. A sí que, si no necesita salir, no lo haga. Quedarse en casa, salva vidas.

14. ¿Debo de Usar Cubrebocas?

Todo tenemos una parte en prevenir la propagación del COVID-19. Estudios recientes demuestran que se puede transmitir el COVID-19 antes de que aparezcan los síntomas como fiebre, tos y falta de aliento. El CDC recomienda el usar un cubrebocas hecho de tela cuando este en lugares como el supermercado, donde el distanciamiento social es difícil de mantener, para así no transmitir el virus a los demás. Estos cubrebocas pueden hacerse de cosas comunes que se encuentran en el hogar, tales como una camiseta o una pañoleta. Al cubrirse el rostro se reduce el riesgo de transmitir el COVID-19, pero de todas maneras debe de guardar la sana distancia de 6 pies de los demás. Recuerde de limitar sus salidas fuera de casa a lo más esencial. Quedarse en casa, salva vidas.

15. Permanezca Saludable, Permanezca Activo

Todo tenemos una parte en prevenir la propagación del COVID-19. Mientras que este en su hogar, recuerde que al permanecer activo es importante para su salud física y emocional. Vaya a caminar o a pasear en bicicleta, solamente recuerde el de permanecer a 6 pies de distancia de los demás. En casa, es fácil encontrar videos de ejercicios en el internet. Hágase un reto, trate algo nuevo para permanecer saludable. Quedarse en casa, salva vidas.